



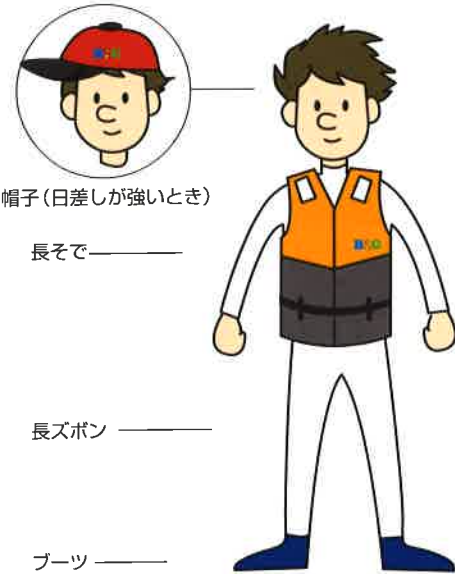
# 水辺に出よう！ ローボート（小型カッター）

Basic Technique

## ① 服装を確認し、ライフジャケットを着よう

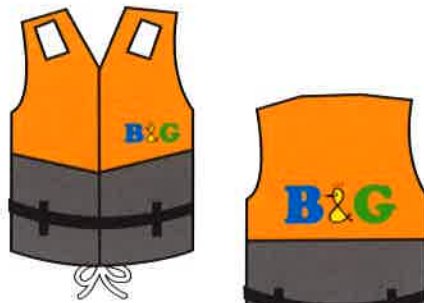
### 【服装】

濡れると体温が奪われる。季節に合ったものを着よう。



### 【ライフジャケット】

ライフジャケットは自分の命を守る、大切なもの。自分の体に合ったものを選び、陸に上がるまで必ず着用しよう。



## ② 出艇前の確認

出艇する前に、確認をしよう。

- キングストン
  - クラッチ
  - パウライン
  - オール
  - ラダー
  - アカクミ
- ※下図参照

### ！ 事故を防ぐために これだけは守ろう！！ —自分の命は自分で守る—

- いつも天候に注意しよう
- 指導員の教えと注意を守ろう
- 練習中は他人にたよらないようにしよう
- 他人の迷惑にならないようにしよう
- 転覆時には艇から離れないようにしよう
- 水辺を汚さないようにしよう

携帯電話や腕時計など、水辺の野外活動に対応していない道具を携帯して、ボートに乗ることは止めよう。もし携帯して壊れても自己の責任です。

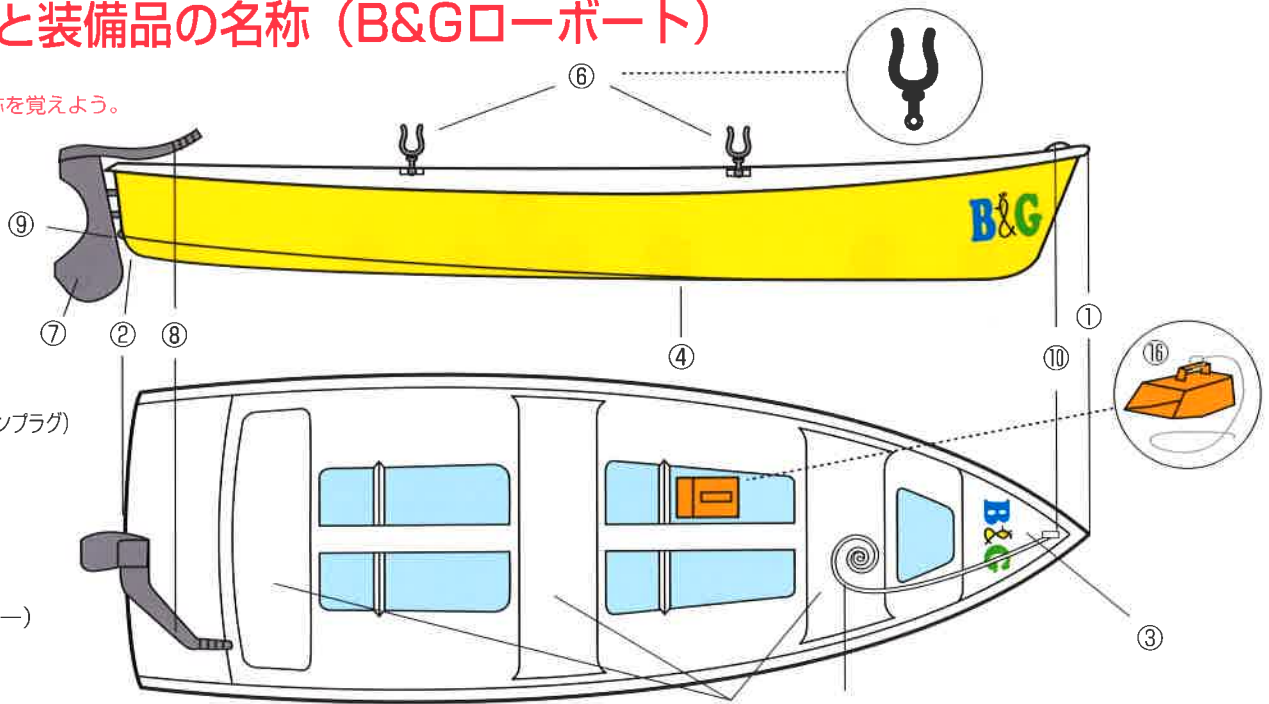
海で何かあったら

**☎ 118番 (海上保安庁)**  
に連絡しよう！！

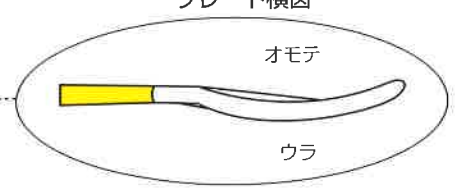
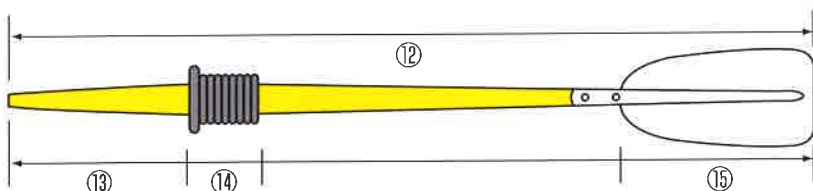
## ③ 艇体と装備品の名称 (B&Gローボート)

基本的な各部の名称を覚えよう。

- ①バウ (船首)
- ②スターン (船尾)
- ③デッキ
- ④ボトム
- ⑤ベンチ
- ⑥クラッチ
- ⑦ラダー
- ⑧テ일러
- ⑨キングストン (ドレンプラグ)
- ⑩パウアイ
- ⑪パウライン
- ⑫オール
- ⑬グリップ
- ⑭ピボット (レザー)
- ⑮ブレード
- ⑯アカクミ

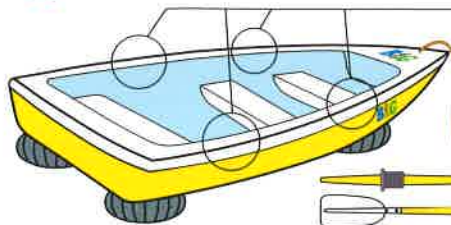


ブレード横図



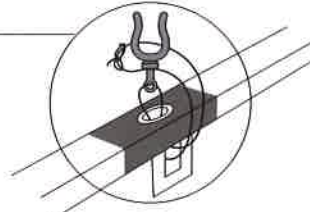
各部の名称を覚えられたら、次はこれらの各部が、どんな役目をしているか考えてみよう。

## 4 装備品の取り付け要領



① 艇体、装備品の用意

② クラッチの取り付け



クラッチの穴にロープを付けてクラッチ座に通し、クラッチのネックに結びつけて固定する。

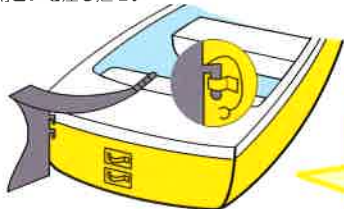
③ パウラインの取り付け



パウラインをパウアイに取り付ける。

④ ラダーの取り付け

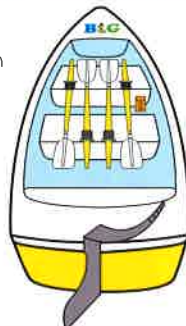
ラダーを艇に取り付け、脱落防止用ピンを差し込む。



**注意:**乗艇場所によっては、艇を水面に浮かべた後に取り付ける。その場合⑥のキングストンを先にしめておく。

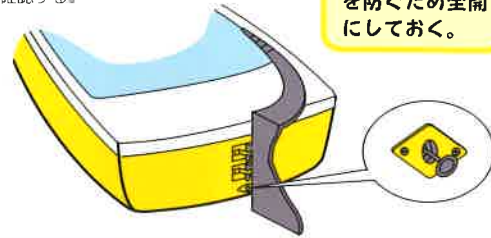
⑤ オールを積む

オールを艇中央に2本ずつ互い違いに置く。  
アカクミも一緒に置いておく。



⑥ キングストンをしめる

キングストンは、乗艇前に再度確認する。



**注意:**保管時は、艇内の圧力上昇を防ぐため全開にしておく。

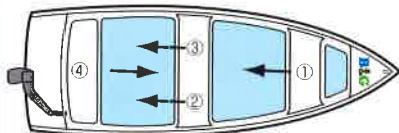
## 5 艇の乗り方、降り方 (小型のカッターとして)

(1) 乗艇者の配置 (矢印は漕者の座る向き)

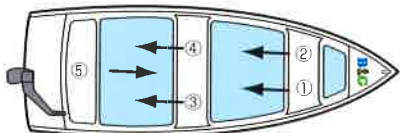
● 4人で乗る場合。

● 5人で乗る場合。

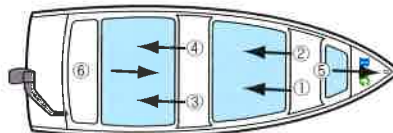
● 6人で乗る場合



艇長：④ 漕者：①～③



艇長：⑤ 漕者：①～④



艇長：⑥ 漕者：①～④ 見張り：⑤

進行方向

艇長：艇の指揮者。

(号令をかける)

漕者：オールを握り、漕ぐもの。

見張り：前方の安全確認をするもの。

(漕者の交代要員)

(2) 乗艇順序

① 集合

集まれ!



艇長の「集まれ」の号令で、漕者は艇長の前に横一列に並ぶ。

② 乗員の確認

番号!



艇長は漕者の数、乗艇位置等を確認するため「番号」をかける。(漕者は艇長に向かって右側から順に、「1」「2」「3」...と番号を呼称する)

③ 乗員への指示・伝達

今日は  
□△まで行く!



艇長は漕者に対し、健康状態を確認すると共に注意事項や航行予定等を指示・伝達する。

④ 乗艇

乗艇します!

1番乗艇!



艇長の指示により、1人ずつバランスをとりながら低い姿勢で乗艇する。※降艇は乗艇の逆動作

⑤ 出艇



原則として、最後の乗艇者が係留ロープをほどいて艇を押し出しながら乗艇する。

### 乗降時の禁止事項



艇のへりに足をかけない!!



飛び乗らない!!



艇から手を出さない!!



# 6 漕ぎ方の基本

## (1) グリップの握り方

● 1本オールの場合



内側の手は逆手、外側の手は順手で肩幅よりやや狭く握る。

● 2本オールの場合



グリップの端を親指の腹で押さえる様に握ると、オールが安定する。

4人乗りの①番漕者。両手とも順手で握る。

## (2) 漕ぎ方

### ①前進

体を前傾から起こしていく。



オールを水から抜いたら手首をかえす



体を前傾させる。



戻し：オールを水上でパウ側に戻しながら、体を前傾させる。

漕ぎ：ブレードを水に直角に入れ、体を起こしながらグリップを胸へ引いてくる。

### ②後進

体を起こした姿勢から前傾させていく。



注) ブレードのウラて水を押す。

体を起こす。



戻し：オールを水上でスターン側へ戻しながら、体を起こす。

漕ぎ：ブレードを水に直角に入れ、体を前傾させながら、グリップを胸の前へ押し出していく。

# 7 号令と動作

艇長は漕者の動きを統一し、効率よく艇を進めるために目的に合った号令(指揮命令)をかける。

## 1. 出艇

「かい立て」



着艇場所から出艇。(陸上での敬礼にあたる)

## 2. 漕航準備-1

「かい備え」

オールはネックからクラッチに差し込む。



オールをクラッチにセットし、漕ぎ準備をさせる。

## 3. 漕航準備-2

「用意前へ」 オールを押しして前傾姿勢をとる。



## 4. 漕航中

艇長「1・2・3～10」(1～10までのカウントを繰り返す)  
漕者「オーエス！」



## 5. 漕航中止等

①「やめ」



オールを水上へ上げて漕くことを中止させる。

②「止め」



オールを水中に入れたまま艇の行足を止める。

③「かい流せ」



オールを水中で流して艇の行足をゆるめる。

## 6. 着艇準備

「かい収め」

「かい収め」の前準備。



④「かい上げ」



オールを水面と水平になるまで上げさせる。

⑤「かい組め」



左右のオールを組む(休憩するとき)

## 7. 着艇

「かい収め」



オールを艇内に収納する。

# 8 艇長の動き

## (1) 座る位置

艇長は船首(進行)方向を向き、艇の中心線より左舷側に座り、号令をかけると同時にティラー操作をする。



## (2) ティラーの動き

ティラーの先端を向けた方向と反対方向に艇は動く。



# 9 転覆した場合の処置法

B&Gローボートは、艇の安全性に優れている。しかし横波を受けたり岩礁に接触したりすることにより、転覆(沈)することもある。



## ①あわてず周囲の状況を確認

- 乗艇者の人数・けが。
- 転覆の状態や原因。
- 艇の装備品等が流されていないかどうか。



## ②艇から絶対に離れない



## ③艇を復元する

- 転覆の場合は、艇を起こしバランスをとり乗艇する。
- 艇体が損傷した場合は、ハンカチ、くつ下、手等で損傷箇所をふさぎ、できる限り浸水をくい止める。



## ④艇を復元できない場合無理をせず救助を待つ。



**注意:**  
 荒天の場合はパウライン等を命綱として、身体のまわりにまわし、艇から離れないようにして救助を待つ。

# 10 ローボートの楽しみ方・使い方



1. ローボートレース
  - (1) 一定の距離を早く航行する競技。
  - (2) 水面に浮遊する定められた物品を拾いながら早くゴールする競技。

2. オリエンテーリング
  - 海図とコンパスを使って指定されたポイントを順に回る。

3. その他
  - (1) 陸上からはなかなか見られない水上、水中のポイントを遊覧する。
  - (2) 釣り具、水中メガネ、弁当等を持ってピクニックに行く。
  - (3) 海洋性スポーツの補助艇(救助・審判・監視・指導艇)。



みんなも自分達に合った楽しみ方を考案してみよう。ただし、「安全第一」を忘れずにね。